**Тести зі спортивної медицини**

**4 курс 2 модуль**

**варіант 2**

1. Асфіктичний тип втоплення у спортсменів супроводжується набряком легень:

|  |  |
| --- | --- |
| а) завжди | в) не супроводжується |
| б) тільки в морській воді | г) тільки у дітей |

2. Найчастішою у спортсменів є ступінь важкості пошкоджень:

|  |  |
| --- | --- |
| а) важка | в) легка |
| б) середня | г) всі відповіді правильні |

3. Гострий гіпоглікемічний стан найчастіше зустрічається у видах спорту, пов’язаних з:

|  |  |
| --- | --- |
| а) сили | в) швидкісно-силових якостей |
| б) швидкісної витривалості | г) тренуванням витривалості |

4. Для зменшення гемартрозу гомілкового суглобу при його ушкодженні потрібно провести:

|  |  |
| --- | --- |
| а) охолодження ділянки суглобу та накладання фіксуючої пов’язки | в) прийняти гарячу ніжну ванну |
| б) накладання гіпсової лангети | г) зробити масаж суглоба |

5. Основні ознаки перетренованості проявляються у функціональних порушеннях:

|  |  |
| --- | --- |
| а) центральній нервовій системі | в) кишково-шлунковому тракті; |
| б) опірно-рухового апарату | г) серцево-судинної системи; |

6. Рання об’єктивна ознака 1 стадії перетренованості:

|  |  |
| --- | --- |
| а) небажання тренуватися | в) атипові реакції системи кровообігу на під час швидкісних навантажень |
| б) порушення сну | г) погіршення апетиту |

7. У другій стадії перетренованності участь у змаганнях припиняється на:

|  |  |
| --- | --- |
| а) 2 доби | в) 2 тижні |
| б) 2 місяці | г) 6 місяців |

8. Печінковий больовий синдром частіше зустрічається у представників:

|  |  |
| --- | --- |
| а) швидкісно-силових видів спорту | в) у представників складно-координаційних видів спорту |
| б) жінок – спортсменок | г) у спортсменів які тренують переважно витривалість |

9. На який час призупиняють тренування спортсмени у третій стадії перетренованості:

|  |  |
| --- | --- |
| а) 1-2 дні | в) 1-2 тижні |
| б) 1-2 місяці | г) на 5-6 місяців |

10. Хронічне фізичне перенапруження частіше розвивається у періоді тренування:

|  |  |
| --- | --- |
| а) підготовчому | в) передзмагальному |
| б) змагальному | г) перехідному |

11. Рання ознака гіпоглікемічного стану у спортсмена:

|  |  |
| --- | --- |
| а) відчуття голоду | в) порушення координації |
| б)порушення свідомості | г) головний біль |

12. Контрольні огляди спортсменів проводяться:

|  |  |
| --- | --- |
| а) після проведення реабілітаційних заходів | в) на тренувальних зборах |
| б) після захворювань і травм | г) після тренувань |

13. Визначальний механізм дії оздоровчого тренування:

|  |  |
| --- | --- |
| а) підвищення рівня фізичного стану до безпечного | в) зменшення виваженості артеріальної гіпертензії |
| б) підвищення резервів серцево-судинної системи | г) вплив на вагу тіла |

14. Основний показник адаптаційних змін в серцево-судинній системі під впливом фізичного тренування:

|  |  |
| --- | --- |
| а) підвищення порогу толерантності під час фізичних навантажень | в) підвищення індексу Робінсона у стані спокою |
| б) підвищення рівня споживання кисню у стані спокою | г) зниження ЧСС у стані спокою |

15. Для клінічної смерті не є характерним:

|  |  |
| --- | --- |
| а) відсутність серцебиття; | в) звужування зіниць |
| б) ціаноз шкіри  | г) відсутність дихання |

16. Визначте, які з перерахованих морфофункціональних змін серцево-судинної системи є ознаками тренованості організму:

|  |  |
| --- | --- |
| а) брадикардія | в) гіпервентиляція легень |
| б) гіпертрофія міокарда | г) синусова аритмія |

17. Спортивна медицина вивчає всі питання, окрім одного:

|  |  |
| --- | --- |
| а) саногенетичні реакції в хворих у процесі фізичної реабілітації | в) патологічні стани які виникають у спортсменів |
| б) фізіологічні процеси які протікають при фізичному навантаженні | г) стан здоров’я спортсмена |

18. Поглиблене обстеження фізкультурників та спортсменів проводять у:

|  |  |
| --- | --- |
| а) лікарсько-фізкультурному кабінеті | в) лікарсько-фізкультурному диспансері |
| б) студентський поліклініці | г) всі відповіді правильні |

19. Заявка на медичне забезпечення змагань надається в ЛФД не пізніше ніж за .... днів до їх початку:

|  |  |
| --- | --- |
| а) 1 день | в) 5 днів |
| б) 3 дні  | г) 10 днів |

20. Основний механізм профілактичної дії фізичних вправ на серцево-судинну систему:

|  |  |
| --- | --- |
| а) збільшення коронарного кровоточу | в) фізіологічна дилятація серця |
| б) зниження чутливості до гіпоксії | г) збільшення артеріального тиску |

21. При втраті свідомості за рахунок теплового удару патогномонічною ознакою є:

|  |  |
| --- | --- |
| а) різка гіпертермія; | в) порушення дихання та серцевої діяльності |
| б) судоми; | г) порушення реакції зіниць на світло |

22. Основний показник рівня навантажень у оздоровчому тренуванні:

|  |  |
| --- | --- |
| а) рівень потовиділення | в) ЧСС |
| б) ступінь стомлення | г) емоційні реакції |

23. Через який період часу від настання клінічної смерті розвивається біологічна смерть?

|  |  |
| --- | --- |
| а) 6-7 хв | в) 9-10 хв. |
| б) 3-4 хв. | г) більше 20 хв. |

24 Яким повинно бути співвідношення між частотою штучного дихання і непрямим масажем серця вразі надання допомоги однією людиною?

|  |  |
| --- | --- |
| а. 2:10; | в) 1:5. |
| б) 2:15. | г) 2:5. |

25. Яка ритмічність штучного масажу серця вважається ефективною?:

|  |  |
| --- | --- |
| а) 60 за 1 хв. | в) 50 за 1 хв. |
| б) 40 за 1 хв. | г) 100 за 1 хв. |

26. Печінковий больовий синдром частіше зустрічається у представників:

|  |  |
| --- | --- |
| а) швидкісно-силових видів спорту; | в) у спортсменів які тренують переважно витривалість; |
| б) у представників складно-координаційних видів спорту; | г) жінок – спортсменок; |

27. До станів запаморочень відносяться всі стани, крім одного:

|  |  |
| --- | --- |
| а) ортостатичний колапс | в) запаморочення при напруженні |
| б) гравітаційний шок | г) гіпоксичний стан; |

28. Перша допомога при розвитку теплового чи сонячного ударів:

|  |  |
| --- | --- |
| а.) теплий солодкий чай | в) клізма з теплою водою |
| б) інгаляція кисню | г) холод на різні ділянки тіла |

29. До заходів по наданню першої допомоги при замерзанні відносяться всі, крім одного:

|  |  |
| --- | --- |
| а) пероральний прийом розчину глюкози | в) місцеве зігрівання теплою водою |
| б) пероральний прийом алкоголю в невеликій кількості | г) прийом теплого чаю чи кави |

30. Розвиток якого патологічного стану можна передбачити при миттєвій зупинці спортсмена після легкоатлетичного бігу?

|  |  |
| --- | --- |
| а) ортостатичного колапсу | в) гіпоглікемічного шоку |
| б) гравітаційного шоку | г) гіперглікемічного шоку |

31. Що не можна робити при вивихах суглобів:

|  |  |
| --- | --- |
| а) давати знеболювальні засоби | в) негайно вправити вивих; |
| б) накласти фіксуючу пов’язку | г) всі відповіді правильні; |

32. З якого заходу необхідно починати легенево-серцеву реанімацію:

|  |  |
| --- | --- |
| а) з удару по грудині: | в) з забезпеченні вільного стану дихальних шляхів |
| б) з дефібриляції; | г) з штучної вентиляції легень |

33. Спортсмен з закритою черепно-мозковою травмою з хоча б тимчасовою втратою свідомості підлягає госпіталізації:

|  |  |
| --- | --- |
| а) обов'язково | в) не обов'язково |
| б) в залежності від часу втрати свідомості | г) тільки якщо він займається боксом |

34. Перша допомога при переломі хребта у шийному відділі хребта у спортсмена:

|  |  |
| --- | --- |
| а) аналгезія | в) укладення на жорсткі ноші з фіксацією шиї |
| б) тракційна терапія | г) серцево-легенева реанімація |

35. При розтягненні ахілового сухожилка необхідно:

|  |  |
| --- | --- |
| а) нанести локально фіналгон | в) забезпечити відносний спокій для нижньої кінцівки |
| б) опустити та тримати стопу на підлозі | г) накласти стискаючу пов'язку вище зони розтягнення |

36. Сонячний удар у спортсмена супроводжується тепловим ударом:

|  |  |
| --- | --- |
| а) завжди | в) ніколи не супроводжується |
| б) у деяких випадках | г) тільки у дітей |

37. Гіпервентиляція перед пірнанням приводить до стану:

|  |  |
| --- | --- |
| а) гіпокапнії; | в) гіпоксії |
| б) гіперкапнії; | г) гіпотермії |

38 До вторинного утоплення не відносять випадки:

|  |  |
| --- | --- |
| а) внаслідок удару животом о воду | в) рефлекторна зупинка серця внаслідок різкої зміни температур; |
| б) внаслідок удару головою о дно басейну | г) внаслідок судоми квадріцепсу стегна; |

39. Серед усіх локалізацій пошкоджень суглобів у спортсменів найбільш частим є травми суглобу:

|  |  |
| --- | --- |
| а) плечового | в) колінного |
| б) гомілковостопного | г) променевозап'ястного |

40. При гострому фізичному перенапруженні в найбільшій ступені ушкоджується:

|  |  |
| --- | --- |
| а) серцево-судинна система | в) опорно-руховий апарат |
| б) дихальна система | г) ЦНС |

41. Наявність вогнищ хронічної інфекції у спортсменів повинно служити:

|  |  |
| --- | --- |
| а) абсолютним протипоказанням до занять спортом | в) станом, при якому можна дати допуск тільки до тренувань |
| б) відносним протипоказанням до занять спортом | г) абсолютним протипоказанням до занять спортом тільки дітям |

42. Яким повинно бути співвідношення між частотою штучного дихання і непрямим масажем серця, якщо допомогу надають одночасно дві людини?

|  |  |
| --- | --- |
| а) 1:2 | в) 2:15 |
| б) 1:5 | г) 2:5 |